

## ABSTRAK

Waktu tidur yang berkurang sebagai faktor resiko hipertensi pada orang dewasa. Hasil tidur yang lebih singkat dapat menyebabkan gangguan metabolisme dan endokrin, yang dapat berkontribusi menyebabkan gangguan kardiovaskuler. Tujuan pada karya ilmiah akhir ini yaitu penerapan terapi *back massage* pada lansia dengan hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur (insomnia).

Desain karya ilmiah akhir ini menggunakan metode studi kasus. Subyek yang digunakan adalah 1 pasien dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur (insomnia) berhubungan dengan diagnosa medis hipertensi. Teknik analisis yang digunakan dengan cara menarasikan hasil pengkajian, diagnosa, rencana asuhan keperawatan, implementasi, evaluasi dari penelitian yang diperoleh.

Hasil asuhan keperawatan setelah 3 hari dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur (insomnia), peningkatan skala dari 1 menjadi 4 (sangat terganggu menjadi sedikit terganggu dari outcome yang meliputi jam tidur, pola tidur, kualitas tidur, tidur rutin, efisiensi tidur).

Penerapan *back massage* dapat mengatasi masalah keperawatan gangguan pola tidur (Insomnia) pada pasien hipertensi. Perawat diharapkan dapat menerapkan terus menerus dalam penerapan terapi *back massage* sebagai tindakan nonfarmakologis untuk mengurangi insomnia.

**Kata Kunci :** Lansia, Insomnia, *Back Massage*